

Міністерство освіти і науки України
Національна академія педагогічних наук України
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
Лабораторія екологічної психології
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
Факультет психології



МАТЕРІАЛИ

**«СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ЕКОЛОГІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ:
Екологічна парадигма сучасного образу життя і світу»**

**«MODERN ISSUES OF ENVIRONMENTAL PSYCHOLOGY:
The ecological paradigm of the modern lifestyle and image of the world»**

XV Міжнародна науково-практичної конференції
XV International Scientific and Practical Conference

УДК 159.9:316.4:316.6

ББК 65.272 : 88.5

П

Друкується за ухвалою Вченої ради Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (протокол № 5 від 25.04.2019 року)

Сучасні проблеми екологічної психології: екологічна парадигма сучасного образу життя і світу: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції (17 – 18 травня 2019 року, Харків) / за ред. Ю.М. Швалба. – Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2019. – 103 с.

Рецензенти:

Н. В. Чепелева – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з наукової роботи Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

А. Б. Коваленко – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

Редакційна колегія:

Швалб Ю. М., доктор психологічних наук, професор

Кряж І.В., доктор психологічних наук, доцент

Львовочкіна А. М., доктор психологічних наук, професор

Вернік О.Л., кандидат психологічних наук, с.н.с.,

Вовчик-Блакитна О.О., кандидат психологічних наук, с.н.с.,

Рудоміно-Дусятська О.В., кандидат психологічних наук, доцент

У матеріалах міжнародної конференції викладено результати досліджень щодо найбільш актуальних міждисциплінарних проблем теорії і практики екологічної психології, зокрема щодо особливостей і чинників становлення і функціонування життєвого середовища особистості у різних його аспектах і розрізах. Представлені наукові розробки дослідників будуть корисні як фахівцям консультативних практик, фахівцям соціальної роботи, представникам недержавних громадських організацій, педагогам, так і науковцям – психологам, юристам, соціологам, усім, хто цікавиться проблемами сучасної екологічної психології, її розвивальним потенціалом.

Матеріали опубліковано в авторській редакції.

КИШКОВИЙ МІКРОБІОМ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Долуда Артем
ДЗ "Дніпропетровська медична академія МОЗ України",
Дніпро, Україна
Ищенко Оксана
ДЗ "Дніпропетровська медична академія МОЗ України",
Дніпро, Україна

Підсумком тисячолітньої еволюції людини та її мікробіому став стан симбіозу, порушення якого є фактором ризику для існування обох. «Кишечник-мозок» – двонаправлена комунікативна система, яка регулює функціонування травного тракту та навпаки. Психобіотики – живі мікроорганізми, які в адекватній кількості справляють позитивний вплив на психічне здоров'я організму-хазяїна. Метою роботи було окреслити можливості застосування психобіотиків на основі аналізу літератури про вплив кишкової мікробіоти на розвиток та перебіг тривожних і депресивних розладів. Методи. Ретроспективний аналіз вибраних публікацій на PubMed за пошуковими словами «gut-brain axis», «gut microbiome and mental health». Результати. Кишечник має спільне з ЦНС філогенетичне походження і тісно пов'язаний з нею за допомогою блукаючих нервів та нейротрансмітерів. До 90% серотоніну в організмі людини продукується в кишечнику. Зміна балансу нейротрансмітерів в результаті порушення мікроекології має негативний вплив на психічне здоров'я. До 70% пацієнтів, які страждають на аутизм, мають інтестинальні симптоми. Когнітивні порушення спостерігаються у більшості пацієнтів з хронічними запальними захворюваннями кишечника. Синдром подразненого кишечника часто асоційований з депресією та тривогою. Бактерії родів *Alistipes* та *Oscillobacter* надмірно представлені в кишечнику людини на тлі стресу, депресії та тривоги за даними молекулярного дослідження калу. Тому сьогодні доцільніше говорити про вісь з трьома ланками – «мікробіом-кишечник-головний мозок». Існують дані про сприятливий вплив на цю вісь деяких корисних бактерій. Обговорюється, що психобіотики реалізують свої позитивні ефекти через зниження швидкості метаболізму серотоніну (*Lactobacillus* spp.), синтез гама-аміномасляної кислоти та стимуляцію експресії рецепторів до неї в головному мозку (*L. rhamnosus*), регуляцію активності гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі, продукцію нейротрофічного фактору мозку (*Bifidobacterium longum* та *L. pentosus* var. *plantarum*) та пригнічення активності моноаміноксидази (*B. animalis*). В експерименті на мишах ослаблювали стрес-реакцію, депресоподібну та тривогоподібну поведінку при введенні *B. longum* та *B. breve*. В клінічних дослідженнях достовірно доведено, що тривале вживання коктейлю з *L. casei*, *L. acidophilus* і *B. bifidum* достовірно знижує рівень депресії, оцінений за шкалою Бека, та когнітивної реактивності, оціненої індексом Лейдена. Здатність до зниження тривоги

також продемонстровано при використанні *Clostridium butyricum*. Висновки. Склад кишкового мікробіому та психічне здоров'я людини пов'язані. Вивчення процесів осі «мікробіом-кишечник-головний мозок» є перспективним для розробки нового методу з патогенетичною спрямованістю для профілактики та лікування депресивних і тривожних розладів.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ РОЗВИТКУ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ

*Дяченко Вікторія Анатоліївна
Національний університет "Чернігівський колегіум" імені Т.Г. Шевченка,
Чернігів, Україна*

Категорія задоволеності життям є суттєвою для розуміння людської природи, щастя, ставлення до життя та людських цінностей. Актуальність проблеми визначається і особливою значимістю досліджуваного поняття, а також запитом зі сторони суспільства, яке обумовлене бажанням кожної людини бути щасливою, необхідністю покращення психічного здоров'я та якості життя сучасної молоді. Беззаперечним є взаємозв'язок психологічного благополуччя та стану природного середовища. Рівень розвитку екологічної свідомості сучасної молоді зумовлює проекологічну поведінку, збереження природного середовища, що є чинником підвищення психологічного благополуччя особистості.
